



6月離乳食献立表



2025年

柏みどり保育園

日付	後 期 食			中 期 食	初 期
	献立名	材料	献立名	献立名 ※ ○ 内は材料	
02月	おかゆ ささみと野菜の煮物 みそ汁	米 ささみ 玉葱 人参 しょうゆ キャベツ わかめ みそ だし	おかゆ ささみと野菜の煮物 みそ汁	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)	
	おかゆ/じゃが芋のおかか和え	米/じゃが芋 かつお節	おかゆ/じゃが芋のおかか和え		
03火	おかゆ カレイと野菜のみそ煮 すまし汁	米 カレイ 人参 みそ だし えのき ねぎ だし しょうゆ	おかゆ カレイと野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)	
	おかゆ/豆腐と青菜の煮物	米/豆腐 人参 小松菜 しょうゆ	おかゆ/豆腐と青菜の煮物		
04水	おかゆ 鶏肉と野菜の炒め煮 みそ汁	米 鶏ひき肉 玉葱 人参 しょうゆ 豆腐 ねぎ みそ だし	おかゆ 鶏肉と野菜の炒め煮 みそ汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)	
	おかゆ/キャベツとツナの和え物	米/キャベツ ツナ しょうゆ	おかゆ/キャベツとツナの和え物		
05木	おかゆ ささみと野菜のトマト煮 スープ	米 ささみ 人参 玉葱 ケチャップ わかめ 玉葱 こんぶ 塩	おかゆ ささみと野菜のトマト煮 スープ	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)	
	コーンがゆ/人参のおかか和え	米 コーン/人参 かつお節	コーンがゆ/人参のおかか和え		
06金	おかゆ 鮭の照り焼き 人参のだし煮 みそ汁	米 鮭 しょうゆ 砂糖 人参 塩 だし キャベツ 玉葱 みそ だし	おかゆ 鮭の照り焼き 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)	
	おかゆ/大根のそぼろ煮	米/大根 鶏ひき肉 しょうゆ 砂糖	おかゆ/大根のそぼろ煮		
07土	ビビンバ風がゆ スープ	米 鶏ひき肉 チンゲン菜 人参 しょうゆ 砂糖 豆腐 ねぎ こんぶ しょうゆ	ビビンバ風がゆ スープ	おかゆ かぼちゃのとうとう (米 かぼちゃ)	
	おかゆ/かぼちゃの甘煮	米/かぼちゃ 砂糖 しょうゆ	おかゆ/かぼちゃの甘煮		
09月	おかゆ 鶏肉の洋風煮 スープ	米 鶏ひき肉 じゃが芋 玉葱 ケチャップ キャベツ えのき こんぶ しょうゆ	おかゆ 鶏肉の洋風煮 スープ	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)	
	おかゆ/ツナと野菜の和え物	おかゆ/ツナ 人参 きゅうり しょうゆ	おかゆ/ツナと野菜の和え物		
10火	おかゆ カレイと野菜の煮物 みそ汁	米 カレイ 人参 チンゲン菜 玉葱 わかめ みそ だし	おかゆ カレイと野菜の煮物 みそ汁	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)	
	むしパン/人参スティック	小麦粉 パン生クリーム 砂糖 油/人参 だし	おかゆ/つぶし人参		
11水	おかゆ ささみと野菜のトマト煮 スープ	米 ささみ 人参 ビーマン ケチャップ 人参 玉葱 こんぶ しょうゆ	おかゆ ささみと野菜のトマト煮 スープ	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)	
	そぼろがゆ/じゃが芋の磯煮	米 鶏ひき肉/じゃが芋 青のり	そぼろがゆ/じゃが芋の磯煮		
12木	おかゆ 鶏肉と野菜のうま煮 すまし汁	米 鶏ひき肉 キャベツ 人参 しょうゆ 人参 玉葱 しょうゆ だし	おかゆ 鶏肉と野菜のうま煮 すまし汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)	
	おかゆ/きゅうりとツナの和え物	米/きゅうり ツナ しょうゆ	おかゆ/きゅうりとツナの和え物		
13金	おかゆ カレイと野菜の照り煮 みそ汁	米 カレイ 玉葱 人参 しょうゆ 砂糖 わかめ ねぎ みそ だし	おかゆ カレイと野菜の照り煮 みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)	
	おかゆ/豆腐の煮物	米/豆腐 人参 しょうゆ だし	おかゆ/豆腐の煮物		
14土	ナポリタン風がゆ スープ	米 鶏ひき肉 人参 玉葱 ビーマン ケチャップ えのき 玉葱 こんぶ しょうゆ	ナポリタン風がゆ スープ	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)	
	おかゆ/野菜としらすの煮物	米/キャベツ 人参 しらす しょうゆ	おかゆ/野菜としらすの煮物		
16月	おかゆ 鶏肉のトマト煮 スープ	米 ささみ 人参 玉葱 ケチャップ キャベツ 玉葱 こんぶ しょうゆ	おかゆ 鶏肉のトマト煮 スープ	おかゆ かぼちゃのとうとう (米 かぼちゃ)	
	おかかかゆ/かぼちゃの煮物	米 かつお節/かぼちゃ しょうゆ	おかかかゆ/かぼちゃの煮物		

日付	後 期			中 期 食	初 期
	献立名	材料	献立名	献立名 ※ ○ 内は材料	
17火	おかゆ 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁	米 鮭 グリンピース 玉葱 みそ ほうれん草 玉葱 しょうゆ だし	おかゆ 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)	
	おかゆ/豆腐と野菜の煮物	米/豆腐 人参 しょうゆ	おかゆ/豆腐と野菜の煮物		
18水	おかゆ ささみと青菜の炒め煮 みそ汁	米 ささみ 小松菜 人参 しょうゆ えのき じゃが芋 みそ だし	おかゆ ささみと青菜の炒め煮 みそ汁	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)	
	しらすがゆ/人参スティック	米 しらす/人参 だし	しらすがゆ/つぶし人参		
19木	マーボー豆腐風がゆ わかめスープ	米 豆腐 鶏ひき肉 人参 玉葱 みそ 砂糖 わかめ 玉葱 こんぶ しょうゆ	マーボー豆腐風がゆ わかめスープ	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)	
	おかゆ/野菜とツナの和え物	米/キャベツ 人参 ツナ	おかゆ/野菜とツナの和え物		
20金	おかゆ カレイの煮付け 大根のだし煮 すまし汁	米 カレイ しょうゆ 砂糖 大根 だし あさつき 葱 だし しょうゆ	おかゆ カレイの煮付け 大根のだし煮 すまし汁	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)	
	おかゆ/じゃが芋のそぼろ煮	米/じゃが芋 鶏ひき肉 しょうゆ	おかゆ/じゃが芋のそぼろ煮		
21土	そぼろ丼風がゆ みそ汁	米 鶏ひき肉 玉葱 人参 しょうゆ 砂糖 キャベツ えのき みそ だし	そぼろ丼風がゆ みそ汁	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)	
	グリーンピースがゆ/人参とツナの煮物	米 グリンピース/人参 ツナ しょうゆ	グリーンピースがゆ/人参とツナの煮物		
23月	おかゆ ささみの磯煮 みそ汁	米 ささみ 玉葱 青のり 豆腐 あさつき みそ だし	おかゆ ささみの磯煮 みそ汁	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)	
	おかゆ/豆腐としらすの煮物	米/豆腐 しらす しょうゆ	おかゆ/豆腐としらすの煮物		
24火	ミートソース風がゆ スープ	米 鶏ひき肉 人参 ビーマン ケチャップ 玉葱 人参 こんぶ 塩	ミートソース風がゆ スープ	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)	
	おかかかゆ/じゃが芋の甘煮	米 かつお節/じゃが芋 砂糖 しょうゆ	おかかかゆ/じゃが芋の甘煮		
25水	おかゆ ツナと野菜の煮物 みそ汁	米 ツナ キャベツ 人参 しょうゆ キャベツ いら みそ だし	おかゆ ツナと野菜の煮物 みそ汁	おかゆ さつま芋のとうとう (米 さつま芋)	
	人参がゆ/さつま芋の甘煮	米 人参/さつま芋 砂糖	人参がゆ/さつま芋の甘煮		
26木	おかゆ 豆腐と野菜の炒め煮 みそ汁	米 豆腐 チンゲン菜 人参 しょうゆ 砂糖 玉葱 えのき みそ だし	おかゆ 豆腐と野菜の炒め煮 みそ汁	おかゆ かぼちゃのとうとう (米 かぼちゃ)	
	おかゆ/かぼちゃのそぼろ煮	米/かぼちゃ 鶏ひき肉 しょうゆ	おかゆ/かぼちゃのそぼろ煮		
27金	おかゆ ささみと野菜のうま煮 みそ汁	米 ささみ チンゲン菜 人参 しょうゆ 豆腐 ねぎ みそ だし	おかゆ ささみと野菜のうま煮 みそ汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)	
	わかめがゆ/野菜のおかか煮	米 わかめ/キャベツ 人参 かつお節	わかめがゆ/野菜のおかか煮		
28土	おかゆ 鶏肉と野菜の炒め煮 スープ	米 鶏ひき肉 玉葱 ビーマン しめじ しょうゆ 砂 糖 人参 キャベツ こんぶ しょうゆ	おかゆ 鶏肉と野菜の炒め煮 スープ	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)	
	おかゆ/野菜としらすの和え物	米/キャベツ 人参 きゅうり しらす	おかゆ/野菜としらすの和え物		
30月	おかゆ ささみと野菜の甘煮 みそ汁	米 ささみ 人参 玉葱 しょうゆ 砂糖 えのき わかめ みそ だし	おかゆ ささみと野菜の甘煮 みそ汁	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)	
	おかゆ/じゃが芋のコーン煮	米/じゃが芋 コーン	おかゆ/じゃが芋のコーン煮		

※中期食の材料は後期食と同じです。味付けはなしまたはごく少量で風味付け程度に使用します。

※初期食は午後の食事はありません。

